



28 de outubro de 2022  
Unijuí - Campus Ijuí



## ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: DA PRODUÇÃO AO CONSUMO<sup>1</sup>

Carla Lisiane Paz da Ros<sup>2</sup>  
Douglas Cardoso Batista<sup>3</sup>  
Luísa Vitória de Oliveira Monteiro<sup>4</sup>  
Amanda Eduarda Farinon de Oliveira<sup>5</sup>  
Camila Dalla Lana Viana<sup>6</sup>  
Marciele Dias Santos Cabeleira<sup>7</sup>

Escola/Instituição: Escola Municipal Fundamental Deolinda Barufaldi

Modalidade: Relato de Experiência

Eixo Temático: Trabalho e Educação

### Introdução

A infância e a adolescência são as principais fases para estabelecer comportamentos e o melhor momento para se desenvolver hábitos de vida saudáveis (COLEONE et al. 2017). Haja vista que os hábitos alimentares são constituídos pelo exemplo, e fazem parte de um sistema cultural e social cheio de simbolismo, significados e classificações, de modo que nenhum alimento está isento das associações culturais que a sociedade impõe (CAMOZZI, 2011). Assim, a escola apresenta-se como espaço privilegiado para ações que buscam ressignificar comportamentos.

Diante do exposto, desenvolve-se na Escola Municipal Fundamental Deolinda Barufaldi o “Sementinhas do Amanhã”, um projeto que leva em consideração a necessidade emergente de conscientizar os alunos sobre os benefícios da alimentação saudável e, por conseguinte, os cuidados com o meio ambiente. Nesse viés, o projeto objetiva promover vivências que instigue o refletir sobre questões alimentares e socioambientais, como necessidades para uma melhor qualidade de vida.

Apresenta-se, portanto, a horta como um espaço rico em aprendizagens sobre alimentação e contato com natureza. Além das vantagens educacionais de agregar conhecimentos por meio de aulas práticas e dinâmicas, correlacionadas ao conteúdo científico.

### Caminho Metodológico

<sup>1</sup>Projeto elaborado no Grupo de Estudo Educação e Sustentabilidade – GEES.

<sup>2</sup>Professora Regente na turma do 4º ano/41, [carla.p@prof.smed.ijui.rs.gov.br](mailto:carla.p@prof.smed.ijui.rs.gov.br).

<sup>3</sup>Aluno representante do 4º ano/41.

<sup>4</sup>Aluna representante do 4º ano/41.

<sup>5</sup>Aluna representante do 4º ano/42.

<sup>6</sup>Professora Regente na turma do 4º ano/42, [camila.v@prof.smed.ijui.rs.gov.br](mailto:camila.v@prof.smed.ijui.rs.gov.br)

<sup>7</sup>Professora Orientadora do Projeto, [marciele.c@prof.smed.ijui.rs.gov.br](mailto:marciele.c@prof.smed.ijui.rs.gov.br).



# MoEduCiTec

Mostra Interativa da  
Produção Estudantil em  
Educação Científica e  
Tecnológica  
O Protagonismo Estudantil em Foco

28 de outubro de 2022  
Unijuí - Campus Ijuí



O presente estudo caracteriza-se como pesquisa qualitativa (LÜDKE; ANDRÉ, 2018), estruturada em relato de experiência reflexivo. As atividades foram elaboradas pelas regentes dos 4º anos do ensino globalizado e do componente curricular de Educação Física. Os alunos envolvidos no projeto somam um total de 41, sendo 19 da turma 41 e 22 da turma 42, as ações educativas tiveram início em maio de 2022, em processo de execução contínua no decorrer deste ano letivo.

As atividades foram realizadas em datas simultâneas, com aulas que abordam os diversos objetos de conhecimento específico de cada componente curricular, porém, de forma interdisciplinar. Para isso, após diálogos explicativos, pesquisas científicas e filmes sobre alimentação saudável e preservação ambiental, destaca-se que o início das atividades se deu pela **reestruturação da horta escolar**. Os alunos foram orientados em cada processo vivenciado. Nas imagens a seguir, encontram-se algumas das atividades desenvolvidas.



Reestruturação da horta

Plantação de hortaliças, verduras e legumes

Rega

Colheita

Consumo na merenda

Levar para casa

Consumo em casa

Fonte: Dados do projeto, 2022.





# MoEduCiTec

Mostra Interativa da  
Produção Estudantil em  
Educação Científica e  
Tecnológica  
O Protagonismo Estudantil em Foco

28 de outubro de 2022  
Unijuí - Campus Ijuí



Além do processo de pesquisa do que plantar e época de plantio de cada espécie, e a construção da horta, também fez parte das ações educativas, um pequeno plantio de alface com sistema auto irrigável. Para esse processo, os alunos visitaram uma agropecuária, com intuito de vivenciar nesse ambiente, escolha e compra das mudas da alface, além da diversidade de hortaliças, verduras e legumes que podem ser cultivados.

Também foi proporcionado momentos relacionados a separação e descarte dos resíduos sólidos, processo necessário para refletir sobre os atos cotidiano dos alunos quanto a preservação do meio ambiente. Essa prática voltou-se a confecção dos vasos com a utilização das garrafas pets. Nesse viés, o objetivo foi apresentar ao aluno as possíveis estratégias de produzir o próprio alimento. Na sequência, expomos algumas imagens que retratam esse momento pedagógico.



Confecção do suporte



Preparo da terra e plantio da alface



Observação ciclo da planta



Atividade teórica



Entrega das alfaces para os

Fonte: Dados do projeto, 2022

No intuito de sistematizar as atividades até aqui descritas, pode-se mencionar a horta escolar como uma iniciativa bastante proveitosa para o desenvolvimento alimentar e constituição de conhecimento da importância das plantas como fonte de nutrição. Para isso é necessário compartilhar conhecimentos teóricos e também práticos na produção de verduras e legumes frescos, livres de produtos tóxicos e de baixo custo, plantando-as e cultivando-as com cuidado, carinho e educação (LEAL; SCHIMIM, 2016).

## Resultados e Discussão



28 de outubro de 2022  
Unijuí - Campus Ijuí



Reforçamos que, no campo de experiências explícito na BNCC, está proposto como eixos estruturantes as interações e a brincadeiras, assegurando os direitos de conviver, brincar, participar, explorar, expressar-se e conhecer-se, tendo por finalidade a criação de oportunidades que permitam os sujeitos conhecerem a si e ao outro, e também a compreender as relações com a natureza, cultura e a produção científica, essas experiências transpõem práticas como o de autocuidado (consigo e meio ambiente) entre tantos outros (BRASIL, 2018).

Partindo da preocupação das professoras, ao observar que seus alunos consomem frequentemente doces, salgadinhos e refrigerantes, as ações propostas servem como guia orientador para a escolha do que consumir e a clareza quanto os malefícios e benefícios dos alimentos industrializados.

Corroborar-se, portanto, que a construção da horta na escola se torna relevante para o ensino temas relacionados a alimentação saudável, cuidados com o corpo humano e demais seres vivos, assim consequentemente melhores ações direcionadas a preservação da natureza, já que os recursos para algumas das atividades foram oriundos de materiais alternativos.

Todo esse contexto, é propiciado pelo contato do aluno com a terra e, com isso, o aprender a preparar o solo, semear, plantar, cultivar, além de oportunidades que envolvem temas de outras áreas do conhecimento, tornam-se significativos e possibilita estreitar a relação com a natureza e também instiga a refletir sobre o consumo dos alimentos.

## Conclusão

As percepções iniciais indicam que atividades como estas podem ser produtivas, pois possibilitam aos alunos repensar seus hábitos alimentares e também o sensibilizar quanto as questões socioambientais.

Constatou-se que as atividades pedagógicas diversificadas sobre alimentação uniram a teoria e a prática de forma contextualizada, facilitando, dessa forma, o processo de ensino - aprendizagem, tornando-o mais significativo para os alunos. Este estudo demonstra que o professor deve utilizar diferentes estratégias de ensino na tentativa de alcançar o envolvimento do maior número possível de alunos e da comunidade escolar para que seus objetivos sejam consolidados

As ações educativas que envolvem hortas, são instrumentos de relevância na promoção da saúde, prevenção de doenças e preservação ambiental, por possibilitarem a modificação da forma de pensar e agir do aluno, direcionando e reforçando condutas sobre noções de bem-estar, qualidade de vida, hábitos saudáveis de alimentar-se, como forma de amenizar os possíveis problemas.

## Referências



28 de outubro de 2022  
Unijuí - Campus Ijuí



COLEONE, J. D.; KÜMPELB, D. A.; ALVES, A. L. S.; MATTOS, C. B. Perfil nutricional e alimentar de escolares matriculados em uma escola municipal. **Ciência & Saúde**, v. 10, n. 1, p.34- 38, 2017. Disponível em: <https://bit.ly/2wjOA0M>. Acesso em: 8 ago. 2022.

CAMOZZI, A. B. Q. **Alimentação saudável na escola**: uma construção coletiva, 2011. 96f. Dissertação (Mestrado). Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2011.

LEAL, R. C.; SCHIMIM, E. S. A horta como possibilidade de alimentação saudável. In: Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor PDE. 2016. Disponível em: [http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernos/pdebusca/producoes\\_pde/2016/2016\\_artigo\\_cien\\_unicentro\\_regianicristinaleal.pdf](http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernos/pdebusca/producoes_pde/2016/2016_artigo_cien_unicentro_regianicristinaleal.pdf)> Acesso em 20 jul. 2022.